



*St.-Franziskus-Gymnasium*

*Staatlich genehmigtes privates Gymnasium  
für Jungen und Mädchen*

 **GFO**  
Ja zur Menschenwürde.

**Schulinternes Curriculum**  
**Sport**  
**Sekundarstufe I**

**Stand: November 2012**

# Curriculumübersicht Sport Sek. I

Stand: 30.11.12

## Jahrgangsstufe 5 Obligatorik: 57 Stunden / Freiraum: 23 Stunden

1. Kaltstart?! – Aufwärmungsprinzipien kennen lernen und anwenden
2. Sicher turnen – grundlegende Elemente des Gerätturnens kennen und anwenden können
3. Miteinander spielen – Wir entwickeln und beurteilen unser Klassenspiel nach seiner Eignung
4. Lass uns das Tanzbein schwingen – anhand von Musik einfache Schritte und deren Kombinationen in einfache Choreographien in Kleingruppen umsetzen
5. Wir sind trendy – das Waveboard in der Halle nutzen
6. Kampf in der Arena – über den Kampf mit Gegenständen zum Kampf gegeneinander
7. Wozu ist mein Körper in der Lage? – erfahren und Umsetzen der 5 motorischen Hauptbeanspruchungsformen
8. Wir sind ein Team! Kleine Spiele zur Entwicklung der allgemeinen Spielfähigkeit nutzen
9. Laufen, springen, werfen – Grundlagen der Leichtathletik und die eigenständige Umsetzung in einem Wettkampf

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
1	1.1	F A	2	1, 3	1		1					1
2	5.1	C A	7	1, 3	1, 2		3		1			
3	2.1	E	6	2,3	2	2					3	
4	6.1	B A E	6	1,2	1		3	2			2	
5	8.1	A C	4	1, 2	1	1	2		3			
6	9.1	E A	8	1, 2	1, 2	1	1				1	
7	1.2	D	8	1						1		
8	7.1	E	9	1, 2, 3, 4	1, 2						1, 2	
9	3.1	D E	7	1, 4	1					2	4	

Legende: UV = Unterrichtsvorhaben; BF = Bewegungsfeld/ Sportbereich; PP = Pädagogische Perspektiven; Std. = Stunden; BWK = Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz; MK = Methodenkompetenz; UK = Urteilskompetenz; IF (a – f) = Inhaltsfelder (die Kleinbuchstaben verkörpern die Inhalte der Pädagogischen Perspektiven; die Kleinbuchstaben sind inhaltlich dementsprechend analog zu den Pädagogischen Perspektiven zu verstehen)

## Jahrgangsstufe 6 Obligatorik: 62 Stunden Freiraum: 18 Stunden

10. Angst überwinden – durch das spielerische Experimentieren Vertrauen in das Element Wasser fassen
11. Das nasse Element - wir lernen 2 verschiedene Schwimmtechniken. Richtiges Verhalten in der Gruppe im Schwimmbad erlernen, anwenden und begründen können.
12. Marathon im Wasser – ausdauernd Schwimmen können. Durchhaltevermögen im Wasser entwickeln und sich eigenständig seine Kräfte einteilen können.
13. Höher, schneller, weiter, tiefer – wir lernen verschiedene Sprünge. Tauchen aber sicher.
14. „Ich will besser werden“ – mit Hilfe von Atmung und richtiger Bewegungsvorstellung die eigene Technik verbessern.
15. Selbstrettung – sich und andere retten können.
16. Was für ein Zirkus – wir bauen Menschenpyramiden!
17. Synchronturnen – wir erarbeiten uns selbstständig eine eigene Choreographie an Geräten.
18. Mit und gegen den Partner spielen – Taktiken, Regeln und Techniken spielgemäß anwenden können.
19. Fit wie ein Turnschuh – Körpersignale wahrnehmen und begreifen. Pulsmessung verstehen und einordnen.
20. Höher, Schneller, weiter – Wie trainiere ich mich selber?
21. Der gestiefelte Kater – verschiedene Sprungtechniken kennen lernen und im Sachkontext anwenden sowie beurteilen können

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
10	4.1	A, C	2	1	2		1		3			
11	4.2	A	6	2	1	1	2, 3					
12	4.3	A, D, F	8	3 9.3	9.1	9.1	1			1		2
13	4.4	A, c	3	4			1		1, 2			
14	4.5	A, D	3	9.1 9.3			2			1		
15	4.6	E, F	2	9.4							2	
16	6.2	A, B, C, E	6	2	2	1	1	1	3		2	
17	5.2	B, E	7	2, 4		1		1			2	
18	7.2	E	9	2, 4		1					1, 2	
19	1.3	D, F	5	2		1				1	2	
20	3.2	A, D, F	3	3		1	1			3		2
21	3.3	C, D	6	2	2	2			3	3		

Legende: UV = Unterrichtsvorhaben; BF = Bewegungsfeld/ Sportbereich; PP = Pädagogische Perspektiven; Std. = Stunden; BWK = Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz; MK = Methodenkompetenz; UK = Urteilskompetenz; IF (a – f) = Inhaltsfelder (die Kleinbuchstaben verkörpern die Inhalte der Pädagogischen Perspektiven; die Kleinbuchstaben sind inhaltlich dementsprechend analog zu den Pädagogischen Perspektiven zu verstehen)

## Jahrgangsstufe 7 Obligatorik (47) Stunden – Freiraum (33) Stunden

22. Entspannungstechniken kennenlernen und anwenden
23. Auf sportliche Aktivitäten vorbereiten: sportartspezifisches Aufwärmen funktionsgerecht, strukturiert und reflektiert durchführen
24. Rollende, springende, fliegende Bälle – wir verbessern unsere Spielfähigkeit durch Ballkoordinationsschulung und nutzen dabei vielfältige Spielräume
25. Die Spannung im Spiel erhalten – Spielideen unterschiedlicher Spiele erfahren und begreifen
26. Schneller und weiter: Wir bereiten uns auf die Bundesjugendspiele vor
27. Wir schaffen das leichtathletische Sportabzeichen!
28. Die Lust an der Angst: Beim Bewegen an Geräten Abenteuer suchen und sich trauen ( z.B. Schwingen an Geräten)
29. Von der Partner- zur Gruppenakrobatik u.B.B. elementarer Verhaltens- und Sicherheitsregeln
30. In Mannschaften spielen lernen am Beispiel Streetball

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
22	1.4	F A	3	1.3	1.1	1.2	1					2,3
23	1.5	F A	3	1.1	1.1	1.2	1			1,2		1,2
24	2.2	A	4	2.1	2.1		2,3			3	1,2,3,4	
25	2.3	E	4	2.2/3	2.1	2.1	2,3				1,2,3,4	
26	3.4	D	6	3.1/2	3.1/2	3.1				1,2,3		
27	3.5	D	6	3.1/4	3.1/2	3.1	1,2,3			1,2,3		
28	5.3	C	6	5.1/2/4	5.3	5.1	1,2,3		1,2			
29	6.3	A C B	7	6.1	6.1	6.1	3	1,2,3			2	
30	7.3	D E	8	7.1/2/3	7.2	7.1/2	2,3				1,2,3	

Legende: UV = Unterrichtsvorhaben; BF = Bewegungsfeld/ Sportbereich; PP = Pädagogische Perspektiven; Std. = Stunden; BWK = Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz; MK = Methodenkompetenz; UK = Urteilskompetenz; IF (a – f) = Inhaltsfelder (die Kleinbuchstaben verkörpern die Inhalte der Pädagogischen Perspektiven; die Kleinbuchstaben sind inhaltlich dementsprechend analog zu den Pädagogischen Perspektiven zu verstehen)

## Jahrgangsstufe 8 Obligatorik (50) Stunden – Freiraum (30) Stunden

31. Fit geht's besser. Wir trainieren unsere Ausdauer.
32. Fitness erwerben und verbessern – die Turnhalle als Fitnessraum
33. Rollende, springende, fliegende Bälle – wir verbessern unsere Spielfähigkeit durch Ballkoordinationsschulung und nutzen dabei vielfältige Spielräume
34. Leistung relativ – Individuellen Voraussetzungen in Wettkampfsituationen gerecht werden am Beispiel Hochsprung (Flop)
35. Wir schaffen das leichtathletische Sportabzeichen!
36. Gemeinsam mit Partnerinnen und Partner turnen
37. Einstudieren und Vorführen von Tänzen
38. Von Federball zum Badminton
39. Vom Volleyspielen zum Kleinfeldvolleyball (3:3)

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
31	1.6	F A	4	1.2	1.2	1.1	1			1,2		1,2
32	1.7	F	5	1.2	1.2	1.1/2				2		1,2,3
33	2.4	A	3	2.1	2.1		2,3			3	1,2,3,4	
34	3.6	C D	5	3.2/4	3.1	3.1	1,2,3			1,2,3	1,2,3,4	
35	3.7	D	4	3.1/4	3.1/2	3.1	1,2,3			1,2,3		
36	5.4	B E	6	5.2/3	5.1/2	5.2		1,3			1,2	
37	6.4	B A E	7	6.1/2	6.1	6.1/2		1,2,3		3		3
38	7.4	E D	8	7.1/2/3	7.1/2/3	7.1/2	2,3				1	
39	7.5	D E	8	7.1/2/3	7.1/2/3	7.1/2	2,3				1,2,3	

Legende: UV = Unterrichtsvorhaben; BF = Bewegungsfeld/ Sportbereich; PP = Pädagogische Perspektiven; Std. = Stunden; BWK = Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz; MK = Methodenkompetenz; UK = Urteilskompetenz; IF (a – f) = Inhaltsfelder (die Kleinbuchstaben verkörpern die Inhalte der Pädagogischen Perspektiven; die Kleinbuchstaben sind inhaltlich dementsprechend analog zu den Pädagogischen Perspektiven zu verstehen)

## Jahrgangsstufe 9    Obligatorik: (40 )    Stunden /    Freiraum: (0)

40. Erarbeitung von Kräftigungs- und Dehnprogrammen u.b.B. der Haltungsschulung als Beitrag zur Gesundheitserziehung
41. Verändern eines bekannten Spiels zu einem für alle Beteiligten zufriedenstellenden Mannschaftsspiels u.b.B. von Spielidee und Spielregeln
42. Einführung in die leichtathletischen Bewegungsformen Hürdenlauf und (altergemäÙes) KugelstoÙen u.b.B. der Fremdbeobachtung im Hinblick auf eine selbständige Fehlerkorrektur als ein Beitrag zur Bewusstheit des Lernens
43. Wir laufen Staffel – genormte Staffeln durchführen und ungenormte Staffelläufe finden, ausprobieren und reflektieren
44. Entwickeln und Durchführen einer Kleingruppenkür an Turngeräten u.b.B. der Schulung und Verbesserung des Helfens und Sicherns
45. Wir gestalten eine Fitnessgymnastik gemeinsam – Gymnastische Übungen zur Fitness unter funktionalen Gesichtspunkten u.b.B. der Aspekte Synchronität, Bewegungsrhythmus, Bewegungsfluss, Bewegungsgenauigkeit (Planung und Präsentation in Kleingruppen)
46. Spielmethodische Verbesserung technischer Fertigkeiten sowie individual- und gruppentaktischer Fähigkeiten in den erlernten Torschuss- und Wurfspielen u.b.B. von Miteinander und Gegeneinander
47. Verbesserung technischer Fertigkeiten in einem der Rückschlagspiele u.b.B. der Fremd- und Selbstwahrnehmung als ein Beitrag zur Bewusstheit des Lernens

### Stunden

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
40	1.8	F A	4	1.2	1.2	1.1/2	1			2		1,2,3
41	2.5	A E	3	2.1/2	2.1		2,3				1,2,3,4	
42	3.8	D A E	6	3.2/4	3.1/2		1,2,3			1,2,3	1,2,3,4	
43	3.9	A D E	4	3.2/4	3.1/2	3.1	1,2,3			1,2	1,2,4	
44	5.5	C B E	6	5.1/3	5.1/2/3	5.2		1,3			1,2	
45	6.5	B E	5	6.1/2/3/ 4	6.1	6.1/2		1,2,3		3		3
46	7.6	D E	7	7.1/2/3	7.1/2/3	7.1/2	2,3				1,2,3,4	
47	7.7	E D	9	7.1/2/3	7.1/2/3	7.1/2	2,3			3	1,2,3,4	

Legende: UV = Unterrichtsvorhaben; BF = Bewegungsfeld/ Sportbereich; PP = Pädagogische Perspektiven; Std. = Stunden; BWK = Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz; MK = Methodenkompetenz; UK = Urteilskompetenz; IF (a – f) = Inhaltsfelder (die Kleinbuchstaben verkörpern die Inhalte der Pädagogischen Perspektiven; die Kleinbuchstaben sind inhaltlich dementsprechend analog zu den Pädagogischen Perspektiven zu verstehen)